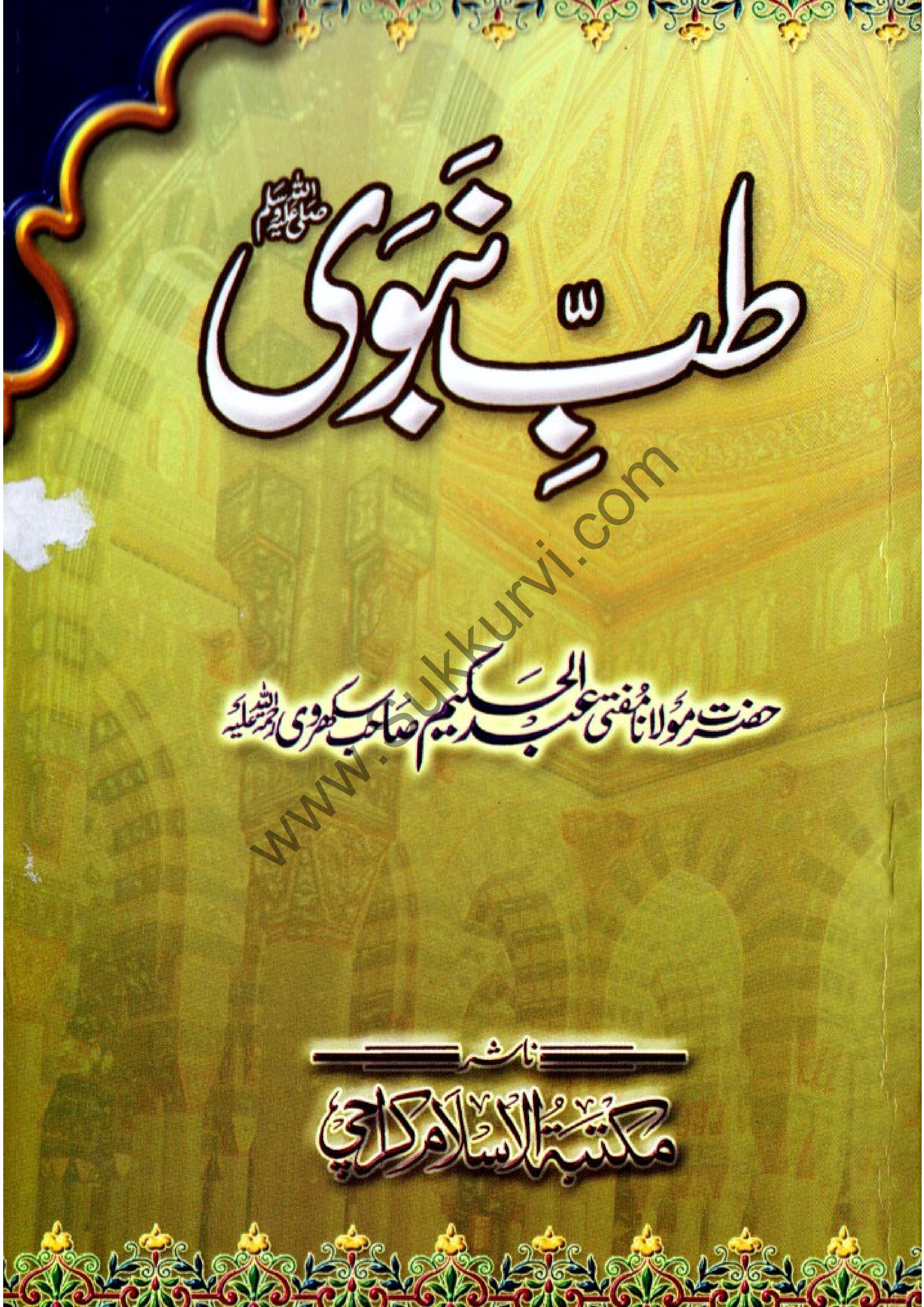
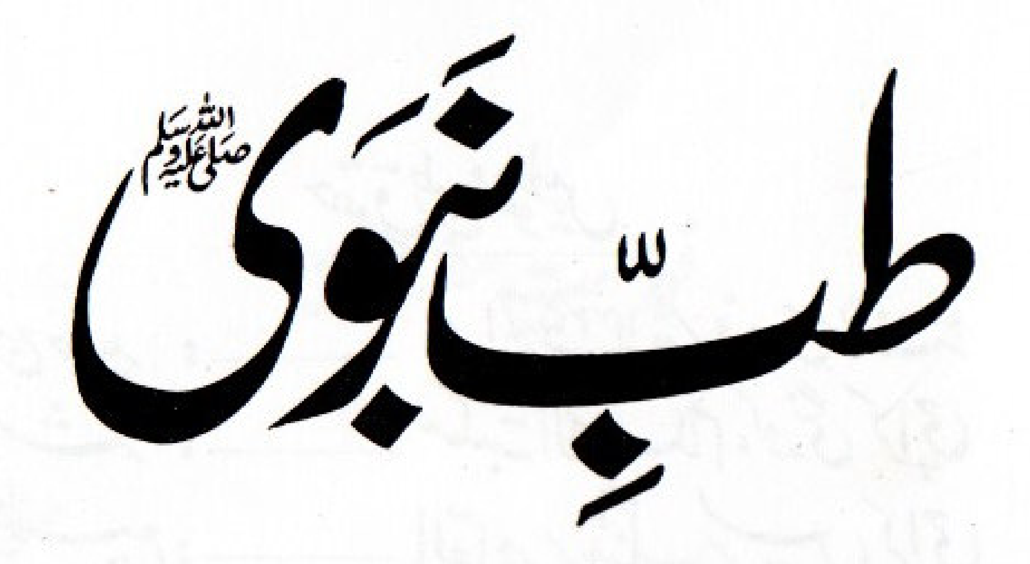

طبِ نبوی صلی اللہ علیہ وسلم
حضرت مولانا مفتی عبد الحکیم صاحب سکھروی رحمۃ اللہ علیہ
ناشر
مکتبۃ الاسلام کراچی
www.sukkurvi.com



اس میں نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے علاج
کے طریقے، غذاؤں اور دواؤں کے فوائد
بیان کیے گئے ہیں

مُرتّب

حضرت مولانا مفتی عبدالحکیم صاحب سکھروی رحمۃ اللہ علیہ

ناشر
مکتبۃ الاسلام کراچی

طبع جدید : ——— ذی الحجہ ۱۴۲۵ھ / فروری ۲۰۰۵ء
ناشر : ——— مکتبۃ الاسلام، کورنگی کراچی
مطبع : ——— القادر پرنٹنگ پریس کراچی

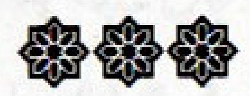
ملنے کے پتے

مکتبۃ الاسلام کورنگی کراچی

فون : 5016664 , 5016665

- ادارۃ المعارف — احاطہ دار العلوم کراچی
- مکتبۂ زکریا — بنوری ٹاؤن کراچی
- ایچ ایم سعید کمپنی — ادب منزل پاکستان چوک کراچی
- حافظ ربڑی ہاؤس — جیل روڈ حیدرآباد سندھ 0221-613759
- نعیم جنرل اسٹور — نشتر روڈ، سکھر 071-25368
- دربارِ شیریں — بہادرآباد جورنگی کراچی 4939556
- مکتبۃ النعمان — جامعہ نعمانیہ بڈھبیر پشاور 091-230799

فہرستِ مضامین



بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ

پیشِ لفظ

مرض دو طرح کا ہوتا ہے۔ ایک مرض جسمانی دوسرا قلبی۔ جس طرح جسم بیمار ہوتا ہے اس طرح قلب بھی بیمار ہو جاتا ہے جیسا کہ قرآن کریم میں فرمایا گیا ہے۔ "فِیۡ قُلُوۡبِہِمۡ مَّرَضٌ" مگر ان امراض کی نوعیت میں فرق ہے۔

قلبی امراض، مثلاً گمراہی آجانا، شکوک وشبہات کا پیدا ہو جانا، رذائل و بُرے اخلاق ہونا وغیرہ۔ ان کے معالجہ کے لئے شیخ اور تصوف کی ضرورت ہے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے روحانی علاج تو ارشاد فرمائے ہیں، اس لئے کہ آپ روحانی طبیب اعظم تھے مگر آپ نے طبِ جسمانی کی طرف بھی راہنمائی فرمائی ہے اور ہدایات دی ہیں۔

اسی کی طرف توجہ دلانے کے لئے یہ چند اوراق تحریر میں لانے کا ارادہ

ہے۔ وبا اللہ التوفیق

(۱) صحت کی حفاظت

(۲) مادۂ فاسدہ کا استخراج

(۳) پرہیز

اور یہ تینوں اُصول قرآن سے نکل آتے ہیں۔ چنانچہ مسافر کو روزہ چھوڑنے کی رخصت ہے تاکہ صحت قائم رہے۔ اسی طرح فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَّرِيضًا اَوْ اَذًى مِّنْ رَّاسِهٖ فَفِدْيَةٌ (الآیۃ) یہ بھی حفظِ صحت کے لئے ہے۔

قربانی کرنے کے بعد سر منڈانے کا حکم ہے تاکہ سر کے مَسَامَات کھل جائیں اور مادۂ فاسدہ کا اِسْتِخْرَاج ہو جائے اور جب پانی کا استعمال ضرر دے تو تیمّم کرنے کا حکم ہے، یہ پرہیز ہے۔ پانی کا استعمال روک دیا گیا ہے۔

جسمانی علاج سو یہ زمان و مکان و حالات کے اعتبار سے مختلف ہوتا رہا ہے اور ہوسکتا ہے اہل عرب ''ترک'' سے علاج کرتے تھے۔ مثلاً کھانا ترک کر دیا۔ سابقہ اہل ہند مفردات سے اور یونانی مرکبات سے علاج کرتے تھے۔ ہاں اس بات پر تقریباً سب متفق ہیں

کہ جب تک غذا سے علاج ہو سکتا ہے، دوا استعمال نہ کرائی جائے اور اسی طرح جب تک مفردات سے علاج ہو سکتا ہے، مرکبات استعمال نہ کریں۔ اسی لئے بچوں کی دوا جب اپنی حد سے بڑھ جاتی ہے تو سلیم اعضاء کو نقصان دیتی ہے، اُن کا علاج غذا ہی سے بہتر ہے۔ ویسے یہ تجربہ کی بات ہے کہ جو لوگ مفرد غذا کھاتے ہیں اُن کا مرض مفرد دوا سے دور ہو جاتا ہے اور جو لوگ کئی کئی مرکب غذائیں استعمال کرتے ہیں اُن کا علاج مرکبات ہی سے ہوتا ہے۔ اللہ سبحانہٗ وتعالیٰ نے ہر مرض کی دوا ضرور پیدا کی ہے چنانچہ صحیحین میں حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا: ''خدا نے کوئی ایسا مرض پیدا نہیں فرمایا جس کی دوا نہ اُتاری ہو اور نہ پیدا کی ہو۔''

اب سوال یہ ہے کہ جب مرض کی دوا اللہ نے پیدا کی ہے تو بعض مرتبہ دوا سے شفا کیوں نہیں ہوتی؟ اس کا جواب یہ ہے کہ بعض مرتبہ مرض کی پہچان نہیں ہوتی، بعض مرتبہ دوا کی مقدار میں فرق ہو جاتا ہے یا مرض اور ہے دوا اور ہے ورنہ وحی الٰہی میں غلطی ناممکن ہے۔

حدیث شریف سے معلوم ہوتا ہے کہ امراض جسمانی کی جڑ فسادِ معدہ ہے۔ چنانچہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا ہے ابن آدم نے کوئی برتن اس حصہ سے نہیں بھرا جتنا کہ پیٹ کا برتن بھر لیا۔

ورنہ ابن آدم کے لئے چند لقمے وہی کافی تھے جس سے کمر مضبوط ہو جاتی اور کھانا ہی ہے تو پیٹ کے تین حصے کرلے۔ایک حصہ خوراک کے لئے ،ایک حصہ پانی کے لئے ،ایک حصہ سانس لینے کے لئے چھوڑ دے۔(ترمذی۔ابن ماجہ۔حاکم۔ابن حبان)

معدے سے دو طرح کے امراض پیدا ہوتے ہیں۔ پہلا کھانا ہضم ہونے سے پہلے دوسرا ابھر لینا یا بدن کو جتنی خوراک کی ضرورت تھی اُس سے زائد کھالینا یا پھر کم نفع کَثِیْرُ الضَّرَرْ غذا کھالینا۔

حضرت امام شافعیؒ فرماتے ہیں کہ میں نے سوا سال پیٹ بھر کر کھانا نہیں کھایا کیونکہ اس سے سستی ،قساوتِ قلبی پیدا ہوتی ہے، نیند زیادہ آتی ہے، جس سے عبادت میں سستی ہوتی ہے، البتہ گاہے بگاہے ایسا کرلینا مضائقہ ندارد۔

❁❁❁

بندہ عبدالحکیم سکھروی غفرلہٗ

نبی کریم ﷺ کے معالجات

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

نَحْمَدُہٗ وَنُصَلِّیْ عَلٰی رَسُوْلِہِ الْکَرِیْمِ ط

اما بعد!

مرض کو بُرا بھلا نہ کہنا چاہیے۔ حضرت ابو ہریرہؓ کہتے ہیں کہ آقائے دو جہاں حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں بخار کا تذکرہ ہوا تو ایک آدمی نے بخار کو بُرا بھلا کہا۔ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا بخار کو بُرا بھلا نہ کہو۔ یہ تو گناہوں کو اس طرح ختم کر دیتا ہے جیسے آگ لوہے کے زنگ کو کھا جاتی ہے۔ (سنن) ایک روایت میں ہے یہ گناہوں کو صاف کرتا ہے تم گالی دیتے ہو۔ ایک اور روایت میں ہے کہ اس کو پانی سے ٹھنڈا کیا کرو۔

شہد سے علاج

صحیحین کی روایت میں آیا ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے دستوں کا علاج شہد پینے سے فرمایا ہے۔ اس لئے کہ شہد میں بہت فوائد ہیں۔ رگوں اور آنتوں کے میل کچیل کو صاف کرتا ہے۔ پیشاب لانے والا ہے۔ جن کا مزاج تر ٹھنڈا ہو، بوڑھے اور بلغمی مزاج والوں کے لئے مفید ہے۔ افیم کی جگہ استعمال کیا جائے تو مفید ہے۔ کتے کے کاٹے ہوئے کو پانی میں ملا کر پلانا فائدہ مند ہے۔ گوشت اس میں ڈال دیا جائے تو تین ماہ تک نہیں سڑتا۔ اسی طرح کھیرا ککڑی، بیگن چھ ماہ تک شہد کی وجہ سے خراب نہیں ہوتے۔ اسی طرح دوسرے فروٹ بھی محفوظ ہو جاتے ہیں۔ مردے کے جثّہ کو محفوظ رکھتا ہے، آنکھوں میں شہد لگانے سے نگاہ تیز ہو جاتی ہے، شہد لگا کر مسواک کرنے سے دانت صاف ہو جاتے ہیں، مسوڑھے مضبوط ہو جاتے ہیں۔ نہار منہ چاٹ لینے سے بلغم ختم ہو جاتا ہے۔ فضلات کو پکاتا اور خارج کر دیتا ہے۔ سُدّے کھولتا ہے۔ غذا کی غذا اور دوا کی دوا ہے اور پینے کی عمدہ چیز ہے۔ مفرحات میں مفرح ہے۔ اللہ کی بڑی نعمت ہے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ آلہ وسلم نہار منہ پانی میں ملا کر پیا کرتے

تھے۔ابن ماجہ میں حضرت ابو ہریرہؓ سے مرفوعاً روایت ہے جو شخص ہر ماہ صبح نہار منہ تین مرتبہ اسے چاٹ لیا کرے وہ بڑی تکالیف سے بچا رہے گا۔

زخم پر راکھ ڈالنا

زخم لگ جائے تو چٹائی جلا کر راکھ بھر دینا بھی مفید ہے۔جیسا کہ جنگِ اُحد میں حضرت فاطمہؓ نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے زخم میں بھری تھی۔اور اگر یہی راکھ خالی یا سرکہ میں بھگو کر نکسیر والوں کو سنگھائی جائے تو مفید ہے۔

بے ہوش ہو جانا

یہ کبھی تو مرضِ جسمانی سے ہوتا ہے اور کبھی ارواحِ ارضی کے اثر سے ہوتا ہے۔جب یہ بے ہوشی ارواحِ ارضی سے ہو تو خالق کے ارواح کی طرف توجہ تام کریں اور قوتِ قلب کے ساتھ تعوّذ کریں۔ اس وقت توحید، توکل اور توجہ تام ہونا شرط ہے۔

آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم فرمایا کرتے اُخْرُجْ عَدُوَّ اللّٰہِ اَنَا رَسُوْلُ اللّٰہِ مصروع کے کان میں اَفَحَسِبْتُمْ اَنَّمَا خَلَقْنٰکُمْ عَبَثًا

وَاَنَّکُمْ اِلَیْنَا لَاتُرْجَعُوْنَ آخر سورت تک پڑھا جائے۔(ابوداؤد) آیت الکرسی کو بار بار پڑھا جائے۔اسی طرح مُعَوَّذَتَیْنِ کو خوب پڑھا جائے اور رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے فرمان پر پورا پورا اعتماد رکھ کر پڑھے، ضرور فائدہ ہوگا۔

عِرْقُ النِّسَاءِ

یہ ایک درد ہے جو انسان کے کولہے سے شروع ہوتا ہے پھر ران تک اور بعض دفعہ ٹخنے تک آجاتا ہے۔ابن ماجہ میں حضرت انس بن مالکؓ روایت کرتے ہیں۔اُنھوں نے آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے سنا، فرماتے تھے: ''عِرْقُ النِّسَاءِ کی دوا یہ ہے کہ جنگلی بکری کا الیہ (یعنی چکتی یا سرین) کی چربی لے کر پگھلا کر اس کے تین حصے کریں اور تین دن روزانہ نہار منہ ایک ایک حصہ پلا دیا جائے۔''
(بکری مذبوحہ ہو)

ذَاتُ الْجَنْبِ

پسلیوں میں کسی قسم کا درد ہو جائے اُسے عموماً پسلی چلنا کہتے ہیں۔علامات بخار، کھانسی، درد، سانس رک رک کے آنا یا سانس

پھولنا۔ اس میں نبض مُنشارِی ہوتی ہے۔ علاج: قُسطِ بحرِیُ جسے عود ہندی کہتے ہیں خوب باریک کوٹ لیں اور گرم زیتون کے تیل میں ملالیں اور درد کی جگہ ملیں یا چٹائیں۔ حضرت زید بن ارقمؓ سے روایت ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ ذَاتُ الْجَنْبُ کا علاج قسط بحری اور زیتون سے کرو۔ (ترمذی)

دردِ سر

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سر کے درد والے کے سر پر کپڑے کی پٹی باندھ دیا کرتے تھے۔ اس سے آرام ہو جاتا تھا۔ نیز آپ نے دردسر کا علاج مہندی سے بھی فرمایا ہے۔ سو مہندی کو پیس کر سر پر اس کا لیپ کریں اور یہ دردسر کے علاوہ ہر درد کا علاج ہے گرمی سے جو ورم ہو جاتا ہے۔ اس کے لئے بھی نافع ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے پاؤں کے درد کے لئے بھی مفید بتلایا ہے کہ اس پر مہندی لگاؤ۔ (رواہ البخاری فی تاریخہ)

اگر منہ میں زخم ہو جائیں تو مہندی چبائی جائے۔ بچے کے پھنسیاں نکلنے لگیں تو اس کے تلوے پر مہندی لگا دیں، انشاء اللہ نکلنا بند ہو جائیں گی۔ مہندی کے پھول گرم کپڑوں میں رکھ دیں تو ان کو کیڑا

نہیں لگتا۔ اگر جُذام کی ابتداء ہو جائے تو مہندی کے پتے ۲۰ درہم شیریں پانی میں بھگودیں کہ پتے سب پانی میں ڈوب جائیں پھر ان کو نچوڑ کر اس پانی میں دس درہم (ایک درہم کا وزن ساڑھے ۴ ماشہ ہوتا ہے) شکر ملا کر چالیس روز تک پلائیں اور بکری کا گوشت کھلائیں، جُذام کے لئے بہت نافع ہے۔

عُذرَہ

عُذرَہ، یعنی گلے پھول جانا۔ یہ ایک زخم ہے جو کان اور حلق کے درمیان میں نکلتا ہے شاید اسے کنٹھ بھی کہتے ہیں۔ دراصل خون پر بلغم غالب ہو جاتا ہے۔ قانون میں لکھا ہے کہ کسی کے کوے گر جائیں تو قُسطِ بحرِی یعنی شَبِ یَمانِی اور مَرُوَے کے بیج سے علاج کریں یعنی تخمِ رِیحانُ اور قُسطِ بحرِی جس کو عُودِ ہندِی کہتے ہیں۔ یہ سفید ہوتی ہے۔ اسے کوٹ کر چھان کر گوندلیں پھر سکھالیں بوقت ضرورت مریض کو چت لٹا کر کندھے ذرا اونچے کریں تا کہ سر نیچا ہو جائے اس کی ناک میں یہ ڈالی جاتی ہے۔ اس طرح دوائی ٹپکانے کو سُعُوط کہتے ہیں۔

حضرت جابرؓ سے مروی ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ

وسلم حضرت ام المومنینؓ کے یہاں تشریف لائے تو وہاں ایک بچے کو دیکھا۔ جس کے ناک کے نتھنوں سے خون بہہ رہا تھا آپ نے دریافت فرمایا اسے کیا ہوا، عرض کیا اسے عُذرَہ ہے اس کے گلے پھول گئے ہیں یا اس کے سر میں درد ہے۔ فرمایا تمہیں ہلاکت ہو تم اپنی اولاد کو کیوں مارتی ہو۔ (یہ شفقتاً فرمایا) جس عورت کے بچے کو عُذرَہ ہو جائے یا درد سر ہو تو قُسطِ بحرِیُ (یعنی عُودِ ہندِیُ) لے کر پانی سے رگڑیں پھر اس بچے کی ناک میں ٹپکائیں۔ حضرت عائشہؓ نے ان عورتوں کو بتایا اور انہوں نے پھر ایسا ہی کیا اور آرام ہو گیا۔ (سنن و مسند)

وَجعُ القَلب

دل کا درد۔ حدیث: حضرت سعدؓ کہتے ہیں کہ میں بہت بیمار ہو گیا تو رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میرے پاس تشریف لائے۔ آپ بیمار پرسی فرمایا کرتے تھے۔ آپ نے میری چھاتی کے درمیان دست مبارک رکھا۔ مجھے آپ کی انگشت مبارک کی ٹھنڈک محسوس ہوئی اور فرمایا کہ دل کی بیماری ہے تم قبیلہ بن ثقیف میں حارث بن کَلدَہ کے پاس چلے جاتے۔ وہ شخص طب سے واقف ہے۔ اچھا تم مدینہ منورہ میں عالیہ کی عجوہ کھجور کے سات دانے لو، اُن کو معہ گٹھلی کے کوٹ

لو پھر اُن کو منہ کی ایک جانب سے چوس لو۔ (ابوداؤد)

عامر بن سعدؓ کہتے ہیں کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا جو عالیہ کی عجوہ کی سات کھجوریں صبح صبح کھالے تو اس دن اسے زہر اور جادو اثر نہ کرے گا۔ (صحیحین)

عالیہ مدینہ منورہ کے اوپر والے حصے کو کہتے ہیں، ان مواضع کو عَوَالِیُ کہا جاتا ہے۔ عالیہ کی کھجور معتدل غذا اور صحت کی محافظ ہوتی ہیں۔ کھجور کے ساتھ کالی مرچ سونٹھ ملا کر کھانے سے فضلات پیدا نہیں ہوتے۔

پھنسی کا علاج

بعض ازواجِ مطہرات فرماتی ہیں رسولِ خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم تشریف لائے تو میری انگلی میں پھنسی نکلی ہوئی تھی۔ آپ نے فرمایا تمہارے پاس ذَرِیْرَہْ ہے؟ عرض کیا ہاں ہے۔ آپ نے فرمایا اس کو پھنسی پر لگاؤ اور یہ کلمات کہو۔

اَللّٰھُمَّ مُصَغِّرَ الْکَبِیْرِ وَمُکَبِّرَ الصَّغِیْرِ مَالِیُ ۔

(رواہ الحاکم وقال صحیح الاسناد)

ذَرِیْرَہْ ہندوستانی دوائی کا نام ہے۔ خشک و گرم ہوتی ہے۔

معدہ جگر اور استسقا کے ورموں میں بھی کام آتی ہے۔ صحیحین میں روایت ہے ام المومنینؓ فرماتی ہیں کہ میں نے رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو اپنے ہاتھ سے زریرہ کے ساتھ خوشبو لگائی۔

زَرِیْرَہْ کو خوشبو کے ساتھ لگانے میں پکانے اور مادہ نکالنے کی طاقت ہے، اور زخم کی سوزش کو ٹھنڈا کرتی ہے۔ اس لئے قانونچہ میں لکھا ہے بدن جل جائے تو گلاب کا تیل اور سرکہ میں زَرِیْرَہْ ملا کر لگانا نافع ہے۔ آنکھیں دکھنی آجائیں تو ایک علاج اس کا یہ بھی ہے کہ حرکت کرنے سے بچیں۔

حدیث شریف میں ہے کہ جب تک ازواج مطہرات میں سے کسی کی آنکھیں دکھتی تھیں تو آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم درست ہونے تک قربت نہ فرماتے تھے۔ (ابونعیم فی الحلیۃ)

ف۔ جس طرح گرم خشک اور گرم تر ہوا خلائے آسمانی میں دونوں چڑھتی ہیں تو ان سے بادل پیدا ہوتے ہیں۔ اسی طرح سمجھو کہ انسان کے معدے سے اخلاط پیدا ہوتی رہتی ہیں اور ان سے مختلف امراض پیدا ہو جاتے ہیں۔ اگر طبیعت قوی ہے تو ان بخارات کو ناک کی طرف پھینک دیتی ہے جس سے زکام ہونے لگتا ہے۔ اگر گلے کی طرف پھینکا تو خناق نزلہ شروع ہو جاتا ہے، آنکھ کی طرف پھینکا تو

درد چشم ہوا، پیٹ کی طرف پھینکا تو دست شروع ہوں گے، دماغ کی طرف گئے تو نسیان، پھر کبھی یہ بخارات سر سے نفوذ کرنا چاہیں گے اور طاقت نہ ہوگی تو درد سر یا کم خوابی اور اگر یہ گیس سر کے کسی خاص حصے میں گئی تو آدھے سر کا درد، اگر دماغ میں نمی ہوئی تو چھینک آتی ہیں۔ یہی بخارات و گیس پٹھوں کی طرف چلے تو بے ہوشی، اگر سر کے تمام پٹھے مرطوب ہوگئے تو فالج ہو جاتا ہے۔

تو مطلب یہ ہوا کہ آنکھ دکھنے میں تمام سر اور بدن متحرک ہوتا ہے۔ جماع اور زیادہ حرکت پیدا کر دیتا ہے کیونکہ اس وقت تمام بدن متحرک ہوتا ہے۔ اس سے مزید امراض پیدا ہونے کا خطرہ ہوتا ہے اس لئے آنکھ دکھے تو حرکت کم کرے اور سکون و راحت اختیار کرے۔ آنکھ کو کم ہاتھ لگائے۔ مرفوع حدیث میں آیا ہے کہ آنکھیں دکھیں تو ٹھنڈے پانی سے علاج کریں۔ حضرت ابن مسعودؓ نے اپنی بیوی زینب سے اس وقت کہا جبکہ ان کی آنکھ دکھتی آ رہی تھیں کہ تم رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی بتائی ہوئی دوا کیوں نہیں کرتیں۔ ٹھنڈے پانی کے اس پر چھینٹے دو اور یہ دعا پڑھو:

اَذْهِبِ الْبَاسَ رَبَّ النَّاسِ وَاشْفِ اَنْتَ الشَّافِیُ لَا شِفَاءَ اِلَّا شِفَاءُ كَ شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا ط

زہر اور سمّیات کا علاج

موسیٰ بن عُقْبَہ نے کہا ہے زہر کا علاج یہ ہے کہ زہر کے اثرات کو زائل کیا جائے یا ایسی دوائیں دیں جس سے زہر کا اثر دور ہو جائے۔ اس کا ایک طریقہ پچھنے لگوانا ہے۔ زہر خون میں اثر کرتا ہے اور خون کے ذریعہ دل میں جاتا ہے اور ہلاکت ہو جاتی ہے۔ پچھنے سے خون نکالا جاتا ہے خون کے ساتھ زہر کا اثر بھی نکل جاتا ہے اور قلب میں اثر نہیں کرتا۔ اس لئے نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے یہ علاج تجویز کیا ہے اور کندھا ایسی جگہ ہے جہاں سینگی بالکل فٹ بیٹھتی ہے اور قلب سے تعلق ہے اس لئے زہر کا اثر بالکل زائل ہو جاتا ہے، لیکن اللہ تعالیٰ کو یہی منظور تھا کہ آپ کو شہادت عظمیٰ سے نوازا جائے اس لئے زہر کے اثر سے شہادت پائی۔ چنانچہ حدیث شریف میں ہے۔

حضرت کعب بن مالکؓ سے روایت ہے کہ ایک یہودن نے جو خیبر کی رہنے والی تھی، آپ کی خدمت میں بھنا ہوا گوشت بھیجا۔ آپ نے پوچھا یہ کیا ہے؟ اُس نے کہا یہ ہدیہ ہے۔ وہ جانتی تھی کہ آپ صدقہ تناول نہ فرمائیں گے سو نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے بھی اور صحابہ کرامؓ نے بھی تناول فرمانا شروع کیا۔ مگر آپ نے فرمایا کہ ہاتھ

روک لو اور یہودن سے کہا کیا تو نے اس میں زہر ملایا ہے اُس نے کہا آپ کو کس طرح معلوم ہوا؟ آپ نے فرمایا اس گوشت نے مجھے کہا ہے۔ بکری کی پنڈلی کی ہڈی آپ کے ہاتھ میں تھی اس کی طرف اشارہ کیا کہ اس نے بتایا ہے۔ یہودن نے اقرار کرلیا۔ آپ نے فرمایا تو نے ایسا کیوں کیا ہے؟ یہودن نے کہا کہ میرا ارادہ یہ تھا کہ دیکھوں اگر آپ اللہ کے نبی ہیں تو آپ کو اس سے ضرر نہ ہوگا ورنہ لوگ آپ سے راحت پائیں گے۔ سو نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے کندھے پر تین سینگیاں لگوائیں اور صحابہ کرامؓ کو بھی حکم دیا کہ وہ بھی سینگیاں لگوائیں اُنہوں نے بھی لگوائیں۔ اس کے بعد تین سال تک حیات رہے۔ انصار میں سے بنو بیانہ کا ایک غلام تھا ابو ہند۔ اُس نے سینگھی لگائی تھی مگر وفات سے قبل یہی درد ہوا۔ فرمایا خیبر میں جو گوشت کھایا تھا اُس کا اثر برابر مجھے ہوتا رہا حتیٰ کہ اب میری رگ کٹ چکی ہے۔ اس سے رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم شہید ہوئے۔ (مسند عبدالرزاق)

سحر

یہ مرکب ہوتا ہے۔ ارِوَاحِ خَبِیثہ کی تاثیر اور طبیعت کے اثر قبول کرنے سے۔ لہٰذا اس کا علاج قوتِ قلب لانے والے اذکار و

آیات سے کیا جائے۔ یہ دو لشکر ہوتے ہیں جو قوی ہوگا غالب آ جائے گا۔ جب دل توحید و توکل سے بھرا ہوا ہوگا اذکار و دعوات کا زبان و قلب ساتھ دیں گے تو سحر اثر نہ کرے گا۔

اس لئے یہ سحر عورتوں، بچوں اور جاہلوں پر زیادہ چلتا ہے یا جو نفوسِ شہوانی سِفلِیَت کی طرف مائل ہوں اُن پر چلے گا سو جب دعوات و اذکار، اعتقاد و یقین پر ہوگا تو سحر کیا اثر کرے گا۔

مَسحُور کو چاہئے اس کی طرف التفات ہی نہ کرے کچھ نہ ہوگا۔ ورنہ سَاحر تصور کرے گا اسے کچھ ہو جائے اور مسحور بھی تصور کرے مجھے کچھ ہو گیا ہے اور ارواح خبیثہ بھی اُدھر لائیں گی جو اس قسم کی خیالی خرابی کی طرف مسلط کی گئی ہیں اور اس کے پاس قوت قلب اور یقین یا اوراد و اعمال کا لشکر ہے نہیں تو سحر غالب آ جائے گا، ورنہ نہیں۔ لہٰذا قلب و زبان کو اس طرف سے پاک رکھے اور دل سے یقین کامل رکھے کہ مجھے کچھ نہیں ہو سکتا دعائیں پڑھتا رہے محفوظ رہے گا۔ اِلّا یہ کہ اللہ ہی کا حکم ہو تو کون تھامے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم پر اللہ کا حکم تھا۔ مگر آپ کو وحی الٰہی میں کوئی فرق نہیں ہوا۔ صرف امراضِ جسمانیہ کی طرح سے لاحق ہوا۔ مثلاً ایک کام کر لیا مگر معلوم ہوتا کہ نہیں کیا ہے اور ایسا ہونا بھی

عادات بشریہ میں سے ہے۔

صحیحین میں روایت ہے کہ حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو سحر کیا گیا تو آپ کا ایسا حال ہو گیا تھا کہ آپ کو بعض ازواج کے پاس آنے کا خیال ہو جاتا حالانکہ ایسا نہیں تھا یا ایک کام نہیں کیا اور خیال ہوتا کہ کر لیا ہے یا کر لیا ہوتا خیال ہوتا کہ نہیں کیا ہے اور یہ سحر کی وجہ سے اشد حالت ہے۔ (بخاری ومسلم) اور معوذتین اس سحر کے دفعیہ اور علاج کے لئے نازل ہوئیں اور آپ کا سحر دفع ہو گیا۔ پھر ہمیشہ آپ سورۂ اخلاص اور مُعَوِّذَتَیْنِ معہ بسم اللہ کے پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے تمام بدن پہ ہاتھ پھیر لیتے تھے اس طرح تین مرتبہ فرماتے اور یہ عمل پھر آخر عمر تک جاری رہا۔

عدویٰ یعنی ایک کی دوسرے کو بیماری لگنا

اصل یہ ہے کہ اللہ سبحانہٗ وتعالیٰ نے انسان کے وہم وخیال میں اَخذ یعنی لینے کی قوت رکھی ہے اور انسان کے تصور وخیال میں ایک گونہ ایسی طاقت رکھی ہے کہ تصور کرنے ہی سے وہ بات حاصل ہو جاتی ہے بلکہ یوں کہو کہ انسان جیسا تصور وخیال کرتا ہے، حق تعالیٰ ویسا ہی کر دیتے ہیں۔ اس لئے انسان کو یقین وتوکل اور ایمان کامل رکھنا

چاہئے۔ جب مومن کو خیال ہی نہ ہوگا کہ بیماری بھی کسی کو لگ سکتی ہے یہ لگنا ناممکن ہے، اس قوتِ قلب کی وجہ سے اسے بیماری لگ ہی نہیں سکتی۔ یہی تعلیم ہے اس حدیث میں کہ ایک کوڑھی کا حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ہاتھ پکڑا اور اپنے ساتھ پیالے میں بٹھا کر ساتھ ساتھ کھانا کھلایا۔ فرمایا بسم اللہ کہو اور کھاؤ (ترمذی) سو توکُّل کی برکت سے آپ کو کچھ بھی نہیں ہوا۔ اور جو ضعیف الایمان ہوگا اسے یہی خیال رہے گا کہ یہ بیماری مجھے لگے گی اور اب لگی اور اب لگی۔ ایسے کمزور آدمی کو ارشاد ہے کہ بیماری کے پاس دیر تک نہ رہے جیسے بخاری ومسلم کی روایت ہے کہ بیمار پرسی کے لئے جاؤ تو مریض کے پاس دیر تک نہ رہو۔ (بخاری ومسلم) یا ایسے مریض کو تندرست کے پاس نہ لاؤ۔

حرام کے اندر شفا نہیں ہے

اللہ سبحانہ' وتعالیٰ نے جو اشیاء حرام کی ہیں اُن کی نجاست یا خباثت کی وجہ سے کی ہیں، لہٰذا نجس یا خبیث شے سے کیا علاج ہوگا اور بعض دفعہ جو ایسی چیز سے فائدہ ہوتا ہے تو ضرور کسی دوسری بیماری کو آجلاً یا عاجلاً (یعنی فی الحال یا آئندہ) لاکر کھڑا کر دیتی ہے اس لئے حرام دوائی کرنا ہی نہ چاہئے۔

صحیح مسلم میں حدیث ہے طارق بن سوید حضرمیؓ کہتے ہیں، میں نے عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم ہماری زمین میں انگور ہوتے ہیں، ہم ان کو نچوڑتے (اورشراب بنا کر) پیتے ہیں، آپ نے ان کو منع فرمایا انہوں نے دوبارہ پھر عرض کیا کہ ہم اپنے بیماروں کو شفا کے لئے پلاتے ہیں تو آپ نے فرمایا حرام میں شفا نہیں، ہاں مرض ہے۔

حرام چیز اگر جسم کو فائدہ دے تو قلب کو مریض بناتی ہے۔ ایک دفعہ شفا ہوگئی تو عادت پڑے گی اور بلا علّت کے بھی استعمال کرنے لگے گا۔ جو شارع علیہ السلام کے مقصود کے بالکل خلاف ہوگا، لہٰذا سد الزرائع کے طور پر بھی منع کیا گیا ہے۔

اور شراب تو دماغ کو خشک کر دیتی ہے پھر شفا کی شرط یہ ہے کہ طبیعت اس دوا کو مانگے اور اسے قبول کر لے جبکہ حرام سے تو طبیعتِ سلیمہ نفور کرے گی تو پھر کیا خاک نفع ہوگا؟

مریض کا دل خوش کرنا بھی ایک معالجہ ہے

حضرت ابوسعید خدریؓ سے مروی ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا جب تم مریض کے پاس جاؤ تو اس کو عمر میں

برکت ہونے کی بات کہا کرو کیونکہ آپ کے کہنے سے تقدیر تو ٹلے گی نہیں ہاں مریض کا جی خوش ہو جائے گا۔ (ابن ماجہ)

طبیب مریض کو تسلی و تشفی کرے تو یہ ایک مؤثر علاج ہے۔ اس سے اس کی طبیعت قوت پکڑے گی اور قوت مرض کو دفع کر دے گی۔ اس لئے ایسی باتیں کریں جس سے اس کو سکون ملے۔ روح کو قوت ملتی ہے اس لئے مریض کے محبوب یا محترم آدمی کے جانے سے مرض میں تخفیف ہو جاتی ہے جیسا کہ مشاہدہ ہے اس لئے عیادتِ مریض کو مستحب قرار دیا گیا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم مریض کے پاس جاتے، اُس کا مرض اور شکایت دریافت فرماتے، کیا حال ہے، اسے کوئی خواہش ہوتی معلوم کرتے۔ اس کی پیشانی پر کبھی چھاتیوں کے درمیان دست مبارک رکھتے، دعا دیتے، فرماتے کوئی مضائقہ نہیں۔ انشاء اللہ خیر ہی ہے پاک کرنے والا ہے۔ "لَا بَأْسَ طَهُوْرٌ اِنْشَاءَ اللّٰهُ" کہتے۔ اپنے وضو کا پانی اس پر ڈال دیتے۔ مقصد یہ ہے کہ مریض کی دلبستگی فرماتے جب اُسے انشراح ہوتا وہ خود بخود اچھا ہو جاتا۔

علاج کا ایک جزوِاعظم پرہیز ہے

صحتمند آدمی کو مُضِرّ ات (نقصاندہ چیزوں) سے پرہیز کرنا اور مریض کو مرض بڑھانے والی اشیاء سے پرہیز لازم ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے فرمایا اے علی! کھجور نہ کھاؤ کیونکہ تم ابھی ضعف میں مبتلا ہو اور اُن کو چقندر کا حریرہ بتلایا کہ وہ تمہاری طبیعت کے موافق ہے۔

حارث بن کَلَدَہُ عرب کا مشہور طبیب جسے بُقْراطِ وقت کہا جاتا ہے۔اس کا قول ہے:

اَلْحِمْیَۃُ رَأْسُ کُلِّ دَوَاءٍ وَعَوِّدُوْا کُلَّ بَدَنٍ مَا اعْتَادَہٗ

ترجمہ: ”یعنی پرہیز کرنا ہر دوا کا سردار ہے اور بدن کو جس کی عادت ہو اس عادت کو پورا کرو۔“

اس کا قول ہے کھانا ترک کر دینا بھی دوا ہے۔اسی کا قول ہے اَلْمِعْدَۃُ بَیْتُ الدَّاءِ ”معدہ امراض کی جڑ ہے“ امتلائی مریض کو بھوکا رکھنا عمدہ علاج ہے اور مریض کی طبیعت جس چیز کو قبول کرتی ہو تو معدہ جتنا آسانی کے ساتھ قبول کرے کھلا دینا بھی مفید ہے اس سے صحت میں مدد ملتی ہے، طبیعت خوش ہو کر مرض کو دفع کرتی ہے، اس سے زیادہ

نافع ہے کہ طبیعت نہ مانتی ہو اور اسے کھائے۔

مریض کو خوش کرنا ہنسانا بھی مرض کو رفع کر دیتا ہے

آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے حضرت صہیبؓ سے فرمایا صہیب تمہاری آنکھ دکھ رہی ہے تم کھجور نہ کھاؤ۔ اُنہوں نے عرض کیا، یارسول اللہ میں اس طرف سے چبا رہا ہوں، جس طرف کی آنکھ نہیں دکھ رہی ہے۔ اس پر آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم بھی ہنس پڑے۔

(ابن ماجہ)

آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم ایک مریض کے پاس تشریف لے گئے اور فرمایا کس چیز کی خواہش ہے اور تمہاری طبیعت کیا چاہ رہی ہے؟ اس نے عرض کیا گندم کی روٹی یا کَعک کو طبیعت مانگ رہی ہے۔ آپ نے فرمایا کسی کے یہاں گندم کی روٹی ہو تو اسے لادے اور فرمایا مریض جس چیز کی خواہش کرے اسے کھلا دیا کرو۔ (ابن ماجہ)

اسی طرح مزاج کی بھی رعایت کرنی چاہیئے جس کا سرد مزاج ہے، اسے شہد فائدہ دے گا۔ گرم مزاج والوں کو نقصان دے گا۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے علاجوں میں اس کی رعایت ہوتی تھی چنانچہ اعتدال پیدا کرنے کے لئے آپ نے گرم و تر چیزیں کھانے کو

فرمایا ہے۔ خود نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ککڑی اور کھیرے کے ساتھ کھجور ملا کر کھایا کرتے تھے۔ (صحیحین)

کیلا، کھجور دوسرے درجے میں گرم تر ہے، بارد معدے کو مفید۔ قوتِ باہ کو بڑھاتا ہے مگر پیاس لگاتا ہے، خون گاڑھا کرتا ہے، معدے اور مثانے میں درد پیدا کرتا ہے، دانتوں کے لئے مضر ہے۔

ککڑی کھیرا دوسرے درجے میں ٹھنڈا تر ہے۔ پیاس بجھاتا ہے، سونگھنے سے قویٰ ابھرتے ہیں، معدے کی حرارت کم کرتا ہے، اُن کے بیج کوٹ کر پانی میں ملا کر پینے سے پیاس رفع ہو جاتی ہے، پیشاب لاتا ہے، معدے کے درد کے لئے نافع ہے، کوٹ چھان کر دانتوں پر ملنے سے دانتوں کو سکون ملتا ہے، ملا دینے سے دونوں میں اصلاح اور اعتدال ہو جاتا ہے اور اصلاح ہو جاتی ہے۔ یہ بھی علاج کا ایک اُصول ہے جیسے سَنَاءِ مَکّی کی شہد اور گھی اصلاح کر دیتا ہے۔

مریض کو کھانے پر مجبور نہ کریں

حدیث شریف میں ہے مریض کو کھانے پر مجبور نہ کرنا چاہئے۔ (ترمذی)

بات یہ ہے کہ طبیعت مرض کا مقابلہ کرتی ہے۔ اس وقت

اسے کھانے کی حاجت نہیں ہوتی اس وقت کھانے پر مجبور کر کے اس کی طبیعت کے مقابلے کو کمزور کرتے ہو۔ اللہ سبحانہٗ وتعالیٰ اسے کھلاتا اور پلاتا ہے، اس وقت مفرحات دینا اچھا ہے۔

اور بلغم خون پک جانے سے بنتا ہے۔ عمدہ خون ہو تو وہ خوراک لیتا ہے، کھانا بند کرنے سے بلغم کو روکتا ہے تاکہ خون صالح پیدا ہو اس موقع پر خوراک دے کر خون صالح بننے سے روکنا ہے۔

طبیعت ایک ضروری امر میں لگی ہوئی ہے۔ کھانا کھلا کر اسے نہ روکو، اس مریض کو بھوک نہیں لگ رہی ہے تو اس کا سبب بھی ہے۔ جیسے مثلاً اسے رنج وغم ہے یا الم ومرض ہے ایسے وقت بھوک خود بھاگ جاتی ہے کیونکہ طبیعت اس سے زیادہ مشغول رکھنے والی بات کی طرف متوجہ ہے۔

کھانے میں مکھی پڑ جانا

حضرت ابو ہریرہؓ سے مروی ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا جب تم میں سے کسی کے کھانے میں مکھی گر جائے تو اسے اس میں غوطہ دیدیا کرو کیونکہ وہ زہریلا پَر پہلے ڈالتی ہے اور شفا والا پر اوپر رکھتی ہے۔ (صحیحین)

یہ بات مشکوٰۃ نبوت ہی سے معلوم ہوسکتی ہے۔ کہا گیا ہے کہ اگر بھڑ یا یا بچھو کاٹ لے تو اس پر مکھی مار کر مل دی جائے تو سکون آ جاتا ہے۔ یہ اسی لئے کہ اس کے ایک پَر میں شفا ہے۔ آنکھ میں گورنجنی ہو جائے تو مکھی کا سر کاٹ کر لگایا جائے تو ٹھیک ہو جاتی ہے۔

دو چیزیں جن کو ایک ساتھ کھانا منع ہے

اعتدال کی خاطر آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم مچھلی اور دودھ ایک ساتھ نہیں کھاتے تھے۔ فقط اس لئے کہ دو چیزیں دونوں گرم ہوں یا دونوں سرد ہوں، دونوں قابض ہوں یا دونوں مسہل ہوں یا دونوں غلیظ ہوں مثلاً قابض ہوں۔ قابض و مُسہل جمع نہ کریں یا مثلاً بھنا ہوا اور تازہ گوشت اور انڈا یا باسی انڈا اور گوشت اور دودھ یہ سب اعتدال قائم رکھنے کی وجہ سے احتیاطاً منع کیا جاتا ہے۔ بلکہ آپ اعتدال قائم کرنے کے لئے بعض چیزوں کے ملانے کا حکم دیتے تھے مثلاً جیسے چھوارے یا کھجور کو گھی کے ساتھ پکالیں اسے حیس کہتے ہیں۔

آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم صحت کا بہت خیال فرماتے تھے۔ فرماتے تھے کہ عشاء کے بعد کچھ کھالینا چاہیے مثلاً چند چھوارے ہی ہوں۔ شام کا کھانا چھوڑنے سے بڑھاپا جلدی آتا ہے۔ (ابن ماجہ)

اطباء نے کہا کہ شام کا کھانا کھاتے ہی نہ سوئے بلکہ چہل قدمی کرے یا نماز پڑھ لے اس طرح ریاضت کے بعد پانی نہ پیئے۔ ایسے جماع کے بعد یا کھانے پینے سے پہلے یا بالکل آخر میں پانی نہ پیئے۔اسی طرح میوہ اور فروٹ کھانے کے بعد اور غسل کرنے کے بعد اسی طرح نیند سے اٹھنے کے بعد پانی نہ پیئے۔ یہ حفظِ صحت کے لئے ہے۔

صحت

دراصل صحت کا دار و مدار اس پر ہے کہ بدن کی رطوبت و حرارت مقابلے میں برابر رہیں کیونکہ رطوبت مادہ ہے اور حرارت اسے پکاتی ہے اور اصلاح کر کے فضلات کو پھینک دیتی ہے۔ اگر رطوبت نہ ہو تو بدن جل جائے اور جب رطوبت یا حرارت بڑھ جاتی ہے تو مرض پیدا ہو جاتا ہے، حرارت ہمیشہ رطوبت کو تحلیل کرتی ہے جب مقابلہ میں کوئی ایک زائد ہوگئی تو مقابلہ نہ ہو سکے گا۔ایک کمزور ہوگئی تو فضلات رہ جائیں گے، ردی مواد پیدا ہوگا اور مختلف امراض ابھر آئیں گے۔ اس لئے قرآن کریم میں کہا ہے کُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا یعنی کمیت اور کیفیت کے مطابق بدن کھاتا جائے تو صحت رہے گی، زیادہ ہوگیا تو

مرض لگ جائے گا، یہی اسراف ہے۔ صحت اللہ کی بہت بڑی نعمت ہے اسی لئے بخاری شریف میں روایت ہے جس میں صحت کا خیال نہ رکھنے والے کو مَغْبُوْنُ کہا ہے۔

اسی حفظِ صحت کی وجہ سے لحم شاۃ میں گردن اور دست کا گوشت یا اگلے حصے کا گوشت پسند تھا۔ تربوز اور خربوزے کے ساتھ کھجور ملا کر اور جو کی روٹی سرکہ کے ساتھ کھا لیتے تھے۔

اللہ تعالیٰ نے ہر موسم اور ہر شہر کے مزاج کے مطابق چیزیں پیدا کی ہیں، لہٰذا سب سے پہلا پھل جو آتا تھا اسے تناول فرماتے۔ یہ بھی حفظِ صحت کے لئے ہے۔

تکیہ لگا کر کھانا

تکیہ لگا کر کھانے کو منع کیا ہے۔ (ابن ماجہ) بات یہ ہے کہ تکیہ لگا کر یا کسی چیز کی ٹیک لگا کر یا پیٹ کے بل لیٹ کر کھانا مَجْرَی الطَّعَامُ (کھانا جانے کے راستہ) کو روک دیتا ہے اور معدے کی طرف جانے سے مانع ہو جاتا ہے۔ آپ ایک غلام کی طرح کھانا کھاتے تھے، آگے کی طرف جھک کر کھانا کھاتے تھے یا اکڑو بیٹھ کر یا دائیں پیر پر بیٹھ کر کھانا کھاتے تھے۔ اس طرح بیٹھنے سے اعضاء اپنی اصلی ہیئت پر رہتے

ہیں اور کھانا سب جگہ پہنچ جاتا ہے اور آپ تین انگلیوں سے کھانا کھاتے تھے کیونکہ اس سے کم انگلیوں سے کھانا کم مقدار میں جائے گا اور معدہ منتظر رہے گا۔ اس لئے سرور نہ ہوگا اور کھانا سرور سے ہضم ہوتا ہے اور پانچوں انگلیوں سے کھانا زیادہ ہو جائے گا جو معدہ پر بوجھ ہو جائے گا۔ سنت میں ہر بات کی رعایت ہے۔

نظرِ بد

نظر کا لگ جانا حق ہے۔ نظر لگ جاتی ہے۔ دیکھئے سانپ کی ایک قسم ہے اسے اَفعٰی کہا جاتا ہے، وہ سانپ اگر کسی کی طرف دیکھ لے تو اس کے دیکھنے ہی سے نظر جاتی رہتی ہے اور حاملہ کی طرف نظر کرے تو اس کا حمل ساقط ہو جاتا ہے۔ اس سے معلوم ہوا کہ نظر میں بھی اثرات ہوتے ہیں۔ حاسد کی نظر بھی خبیث ہوتی ہے جب وہ کسی اچھی چیز کو دیکھتا ہے تو اس کی اندرونی تاثیر نظر کے ساتھ ملتی ہے اور اسے مریض کر ڈالتی ہے اور اس تاثیر کے لئے دیکھنا بھی شرط نہیں ہے۔ نابینا کے آگے کسی چیز کی تعریف کی جائے تو اس کے نفس کا اثر پڑتا اور فساد ہو جاتا ہے اور نظر لگانے والا عموماً حاسد ہی ہوتا ہے۔ یہ نظر ایک تیر کی طرح ہے جو حاسد سے نکلتا اور دوسرے پر جا لگتا ہے۔ ہاں اگر

مَحْسُوْدُ ہتھیار بند ہے اس میں توکل وتوحید غالب ہے تو نظر خطا کر جاتی ہے بلکہ زیادہ قوی ہتھیار والا ہوا تو وہ نظر خود اسی حاسد کو لگ جاتی ہے اسی لئے حاسد سے پناہ مانگی گئی ہے۔ ”وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ“ اور بعض مرتبہ انسان کو خود اپنی نظر لگ جاتی ہے اور بعض مرتبہ بلا ارادے طبعاً بھی لگ جاتی ہے، نظر میں ایک قسم کی قوت ہے۔ دیکھو تم کو کوئی گھور کر دیکھے تو تمہارے اندر خوف پیدا ہو جائے گا بلکہ بخار چڑھ جائے گا۔ اس لئے مسلم شریف میں حدیث ہے ”اَلنَّظْرُ حَقٌّ“ اور اسی حق ہونے کی وجہ سے رُقیہ سے اس کا علاج کرنا آیا ہے۔ جیسا کہ بخاری و مسلم میں حضرت عائشہؓ سے مروی ہے۔

نظرِ بد کا علاج

مرفوع حدیث میں ہے آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا نظر حق ہے۔ اگر کوئی چیز تقدیر خداوندی کو ہٹانے والی ہوتی تو یہ نظر ہوتی سو اگر تم سے کوئی دھلوائے تو دھو دیا کرو۔ (مسند عبدالرزاق)

اس دھونے کی ترکیب ترمذی میں اس طرح آئی ہے کہ جس نے ٹوکا دیا اور اس کی نظر لگی ہے۔ اس لگانے والے سے کہا جائے کہ ایک پیالے میں پانی لے، ایک چلو منہ میں بھر کر واپس اس پیالے

میں کلی کرے، پھر اس پیالے کے اندر ہی اپنا چہرہ دھوئے پھر
بایاں ہاتھ میں پانی لے کر دائیں گھٹنے پر اس طرح ڈالے کہ پانی اس
پیالے میں آجائے، پھر دائیں ہاتھ بھر کر بائیں گھٹنے پر اس طرح
بہائے کہ پانی پیالے میں آجائے پھر اس پیالے میں استنجا کی جگہ
دھوئے اور شرط یہ ہے کہ پیالے کو زمین پر نہ رکھے پھر یہ سب پانی جس
کو نظر لگی ہے اس کے پیچھے سے اس پر بہادے۔ یہ علاج نبی کریم صلی
اللہ علیہ وآلہ وسلم سے منقول ہوا ہے۔

اور بعض دفعہ ''جن'' کی نظر بھی لگ جاتی ہے۔ چنانچہ حضرت
ام سلمہؓ فرماتی ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے گھر میں ایک
باندی کو دیکھا، اُس کے چہرے میں ''جن'' کی نظر لگنے کا نشان تھا آپ
نے فرمایا ''اس کا تعویذ کرو کیونکہ اس کو نظر لگی ہے''۔ (بخاری ومسلم)

اس میں کچھ روح کا بھی اثر ہوتا ہے۔ حاسد کی روح محسود کو
ضرر پہنچاتی ہے اس لئے حاسد کے شر سے پناہ مانگی گئی ہے اور اس کے
علاج کے لئے مُعَوَّذَتَینِ، سورہٗ فاتحہ اور آیت الکرسی کثرت سے پڑھنا
آیا ہے۔

تعویذات

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم بھی رقیہ اور تعویذ کیا کرتے تھے

مثلاً:

اَعُوذُ بِکَلِمَاتِ اللّٰہِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ۔

یا

اَعُوذُ بِکَلِمَاتِ اللّٰہِ التَّامَّۃِ مِنْ شَرِّ کُلِّ شَیْطَانٍ

وَّھَامَّۃٍ وَّعَیْنٍ لَامَّۃٍ ۔

یا

اَعُوذُ بِکَلِمَاتِ اللّٰہِ التَّامَّاتِ الَّتِیْ لَا یُجَاوِزُھُنَّ بَرٌّ وَّلَا

فَاجِرٌ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَذَرَءَ وَبَرَءَ وَمِنْ شَرِّ مَا یَنْزِلُ مِنَ

السَّمَاءِ وَمِنْ شَرِّ مَا یَعْرُجُ فِیْھَا وَمِنْ شَرِّ مَا ذَرَءَ فِی الْاَرْضِ

وَمِنْ شَرِّ مَا یَخْرُجُ مِنْھَا وَمِنْ شَرِّ فِتَنِ اللَّیْلِ وَالنَّھَارِ

اِلَّا طَارِقٌ یَطْرُقُ بِخَیْرٍ یَا رَحْمٰنُ ۔

یا

اَعُوذُ بِکَلِمَاتِ اللّٰہِ التَّامَّۃِ مِنْ غَضَبِہٖ وَعِقَابِہٖ وَمِنْ

شَرِّ عِبَادِہٖ وَمِنْ ھَمَزَاتِ الشَّیَاطِیْنِ وَاَنْ یَّحْضُرُوْنِ ۔

یا اس طرح کہے

تَحَصَّنتُ بِاللّٰهِ الَّذِیْ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ وَنَهِی وَاِلٰهُ کُلِّ شَیْءٍ وَاعْتَصَمْتُ بِرَبِّیْ وَرَبِّ کُلِّ شَیْءٍ وَتَوَکَّلْتُ عَلَی الْحَیِّ الَّذِیْ لَا یَمُوْتُ وَاسْتَدْفَعْتُ الشَّرَّ بِلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ حَسْبِیَ اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ حَسْبِیَ اللّٰهُ الرَّبُّ مِنَ الْعِبَادِ حَسْبِیَ اللّٰهُ الْخَالِقُ مِنَ الْمَخْلُوْقِ حَسْبِیَ اللّٰهُ الرَّزَّاقُ مِنَ الْمَرْزُوْقِ حَسْبِیَ اللّٰهُ هُوَ حَسْبِیْ حَسْبِیَ اللّٰهُ بِیَدِهٖ مَلَکُوْتُ کُلِّ شَیْءٍ وَهُوَ یُجِیْرُ وَلَا یُجَارُ عَلَیْهِ حَسْبِیَ اللّٰهُ وَکَفٰی سَمِعَ اللّٰهُ لِمَنْ دَعٰی وَلَیْسَ وَرَاءَ اللّٰهِ مَرْعٰی حَسْبِیَ اللّٰهُ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَیْهِ تَوَکَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ۔

یہ رقیے نظر بد سے روکنے اور دفع کرنے کے لئے ہیں مگر ان پر پورا توکل اور یقین ہونا چاہئے۔ دل کو یقین سے پرکھ کر قلب کو مضبوط کر کے پڑھے۔ یہ ایک مضبوط ہتھیار ہے اس سے قلب مضبوط ہوتا ہے۔

اور جس کی نظر لگتی ہو اسے چاہئے کہ جسے دیکھے اسے "بَارَكَ اللّٰهُ لَكَ" کہہ دیا کرے۔ عامر بن ربیعہ سے آنحضرت صلی اللہ علیہ

وآلہٖ وسلم نے اس طرح فرمایا تھا"ھلا بر کت" یا "ماشاء اللہ لا حول ولاقوۃ الا باللہ" کہہ دیا کرے۔انشاءاللہ نظر نہیں لگے گی۔نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم بھی کسی باغ یا کسی چیز کو دیکھتے تھے تو یہی پڑھا کرتے تھے۔

بیماری کا رُقیہ

ہر بیماری کے لئے جبرئیل علیہ السلام نے یہ رُقیہ بتایا تھا اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کیا کرتے تھے:

بِاسۡمِ اللّٰهِ اَرۡقِيۡكَ مِنۡ كُلِّ شَيۡءٍ يُّؤۡذِيۡكَ مِنۡ شَرِّ كُلِّ نَفۡسٍ اَوۡعَيۡنٍ حَاسِدٍ اَللّٰهُ يَشۡفِيۡكَ بِاسۡمِ اللّٰهِ اَرۡقِيۡكَ (مسلم)

ظاہر بینوں کے نزدیک یہ نظرِ بد کا علاج عجیب ہوگا مگر یہ تعجب کی بات نہیں دیکھو اگر کسی کو غصہ آرہا ہو تو جس پر غصہ آرہا ہے وہ اپنا ہاتھ غصہ کرنے والے کے چہرے پر پھیر دے یا رکھ دے تو غصہ ٹھنڈا ہو جائے گا۔ایسے ہی جس جانور نے تمہارے کاٹا ہے اُسے مل کر اس جگہ مل دو زہر کا اثر کم ہو جائے گا۔اسی طرح عائن (نظر لگانے والا) کی آگ کا اثر اس پانی سے بجھ جائے گا۔

ایک طریقہ یہ بھی ہے جس کو نظر لگنے کا خطرہ ہو اُس کے محاسن اور خوبصورتی کو مستور کر دو یا بدل دو جیسا کہ حضرت عثمان غنیؓ نے ایک خوبصورت بچے کو دیکھا تو فرمایا اس کی تھوڑی کے درمیان ایک سیاہ نقطہ لگا دو۔

نظرِ بد کا ایک اور علاج

ابو عبداللہ تیاحی سے منقول ہے وہ حج یا عمرے کے سفر میں تھے۔ وہ ایک بہت عمدہ اونٹنی پر سوار تھے۔ لوگوں نے اُن سے عرض کیا کہ اپنی اونٹنی کو سنبھال کر رکھو، قافلے میں ایک نظر لگانے والا آدمی بھی ہے، وہ بولے تم بے فکر رہو، وہ عائن آیا اُس نے اونٹنی کو نظر بھر کر دیکھا، اونٹنی تڑپی اور مر گئی۔ عبداللہ تیاحی آئے پوچھا عائن کہاں ہے؟ وہ آیا پھر اُنہوں نے یہ کلمات پڑھے:

بِسْمِ اللّٰهِ حَبْسٌ حَابِسٌ وَحَجَرٌ يَابِسٌ وَشِهَابٌ قَابِسٌ رَدَدْتُ عَيْنَ الْعَائِنِ عَلَى اَحَبِّ النَّاسِ اِلَيْهِ فَارْجِعِ الْبَصَرَ هَلْ تَرٰى مِنْ فُطُوْرٍ ثُمَّ ارْجِعِ الْبَصَرَ كَرَّتَيْنِ يَنْقَلِبْ اِلَيْكَ الْبَصَرُ خَاسِئًا وَّهُوَ حَسِيْرٌ۔

عائن کی دونوں آنکھیں باہر آ گئیں اور اونٹنی ٹھیک ہو کر کھڑی ہو گئی۔

عام بیماریوں کا رُقیہ

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم سے منقول ہے:

رَبُّنَا اللّٰہُ الَّذِیْ فِی السَّمَاءِ تَقَدَّسَ اسْمُکَ وَاَمْرُکَ فِی السَّمَاءِ وَالْاَرْضِ کَمَا رَحْمَتُکَ فِی السَّمَاءِ فَاجْعَلْ رَحْمَتَکَ فِی الْاَرْضِ وَاغْفِرْہُ لَنَا حُوْبَنَا وَ خَطَایَانَا اَنْتَ رَبُّ الطَّیِّبِیْنَ اَنْزِلْ رَحْمَۃً مِنْ عِنْدِکَ وَشِفَاءً مِّنْ شِفَاءِ کَ عَلٰی ھٰذَا الْوَجْعِ۔ (ابوداؤد)

بِسْمِ اللّٰہِ اَرْقِیْکَ مِنْ کُلِّ دَاءٍ یُؤْذِیْکَ وَمِنْ شَرِّ کُلِّ نَفْسٍ وَعَیْنٍ حَاسِدٍ اَللّٰہُ یَشْفِیْکَ بِاسْمِ اللّٰہِ اَرْقِیْکَ (مسلم)

سورۂ فاتحہ سے علاج کرنا بھی آیا ہے۔ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے توثیق فرمائی ہے۔

ایک راز

جانور جب کسی کو ڈستا ہے تو اُسے غصہ آجاتا ہے جو اُس کے سارے جسم میں پھیل جاتا ہے۔ ایسے ہی ساحر جب کلماتِ سحر پڑھتا

ہے اور ارواحِ خبیثہ سے مدد لیتا ہے۔ یہ ایک لشکر ہے دوسرا جب اللہ پر کامل بھروسہ کر کے ان کلماتِ طیبہ کو قوت کے ساتھ پڑھے گا اور ان کے مضمون کو مستحضر رکھے گا تو ان کا مقابلہ ہوگا اور ان کلمات کی برکت سے وہ سحر اور زہر سب ختم ہو جائے گا۔ یہ تو تصورات کی لڑائی ہے جس کا تصور نمایاں ہوگا کامیاب ہو جائے گا۔

ایک بزرگ فرماتے ہیں کہ مکہ مکرمہ میں بہت بیمار ہو گیا اور معالج بھی کوئی نہ تھا بالآخر زمزم کا پانی لیتا اور اس پر بار بار اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ پڑھ کر پیتا رہا، اللہ نے آرام فرما دیا۔

بچھو کا جھاڑا

پانی میں نمک گھول کر قُلْ هُوَ اللّٰهُ اور مُعَوَّذَتَيْنِ پڑھتا رہے اور درد کی جگہ دھار سے پانی ڈالے۔ انشاء اللہ کچھ دیر ایسا کرنے سے آرام آجائے گا۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے بھی ایسا کیا ہے۔ (ابن ابی شیبہ) یہ تو بعد کا علاج ہوا۔ لیکن پہلے ہی پڑھتا رہے تو جانور ڈسے گا ہی نہیں، صبح شام یہ کلمات پڑھ لیا کرے:

اَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ۔ (مسلم)

ایسے ہی نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم بَلِيَّاتْ سے حفاظت

کے لئے فجر کے بعد اور سوتے وقت سورۂ اخلاص اور معوذتین معہ بسم اللہ کے پڑھ کر تمام بدن پر آگے پھر پیچھے ہاتھوں کو پھیرا کرتے تھے، اس طرح تین مرتبہ کرتے۔ (مسلم و بخاری)

حضرت ابوالدرداءؓ کا تعویذ

دن کے شروع میں پڑھے تو تمام دن رات کے شروع میں پڑھے تو تمام رات بلیات سے حفاظت رہے وہ کلمات یہ ہیں:

لَا اِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ عَلَیْکَ تَوَکَّلْتُ وَاَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ ۔

رات کو سورۂ بقرہ کی آخری آیات پڑھ لے تو وہ تمام رات کے لئے کفایت کر لیتی ہیں۔

نَمْلَہ کا رُقیہ

نَمْلَہ ایک قسم کی پھنسیاں ہوتی ہیں جن سے دونوں پہلوؤں میں چیونٹیاں سی چلتی ہیں جیسے کاٹ رہی ہوں۔

حضرت شفاءؓ زمانۂ جہالت میں منتر سے اس کا علاج کیا کرتی تھیں جب نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم سے بیعتِ اسلام کی تو آپ سے عرض کیا، آپ نے فرمایا وہ کلمات کیا ہیں؟ تو اُنہوں نے آپ کی

خدمت میں پیش کیے:

بِسْمِ اللّٰہِ صَلُوْبٌ حِیْنَ یَعُوْدُ مِنْ اَفْوَاھِھَا وَلَا تَضُرُّ اَحَدًا ،
اَللّٰھُمَّ اِکْشِفُ الْبَأْسَ رَبَّ النَّاسِ ۔

(المستدرك على الصحيحين۔ ج ، ٤ ۔ ص ، ٦٤)

آپ نے مزید یہ فرمایا کہ سات لکڑیاں لے کران پر یہ رقیہ کرواور پاک جگہ یا کسی پتھر پر سرکہ لگا کران کوملو پھران کونملہ پرمل دو اور آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے شفا سے فرمایا کہ جس طرح تم نے بی بی حفصہ کو کتابت سکھلائی ہے اس طرح یہ رقیہ بھی ان کو سکھلادو۔ (ابوداؤد)

زخم اور پھوڑے پھنسیاں

جب انسان کا مزاج گرم ہو جاتا ہے اور آب وہوا بھی گرم ہو تو پھنسیاں نکل آتی ہیں اور مٹی کی خاصیت خشک وسرد ہے۔ مٹی میں خشک کرنے کی خاصیت ہے جتنی ٹھنڈی دوائیں ہیں ان میں سب سے ٹھنڈی مٹی ہے۔ یہ پھوڑے پھنسی کی حرارت کو معتدل کردیتی ہے اور ردی رطوبت کو سکھاتی ہے جس سے زخم کی رطوبت سوکھ جاتی اور معتدل ہو جاتی ہے۔ اسی لئے نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے منقول

ہے کہ جب کسی کو کوئی شکایت ہوتی یا کوئی زخم یا پھنسی ہوتی تو آپ اپنی انگلی مبارک کو اس طرح رکھتے اور حضرت سفیان نے دکھایا کہ اپنی کلمہ کی انگلی کو زمین پر رکھا پھر اس کو اٹھایا اور کہا:

بِسۡمِ اللّٰہِ بِتُرۡبَۃِ اَرۡضِنَا بِرِیۡقَۃِ بَعۡضِنَا یَشۡفِیۡ سَقِیۡمُنَا بِاِذۡنِ رَبِّنَا (بخاری و مسلم)

ایک روایت کے مطابق پہلے اپنی انگلی کو تھوک لگائے پھر مٹی پر رکھے جو مٹی لگ جائے اس سے زخم پر مسح کرے اور یہ کلمات پڑھتا جائے۔ ان کلمات میں تفویض اور توکل الی اللہ ہے۔ اصل نفع دم کرنے والے کا یقین اور جس پر دم کیا جائے اس کے اثر قبول کرنے کا یقین ضروری ہے۔ اگر مدینہ کی مٹی مل جائے تو بہتر ورنہ ہر مٹی لے کر علاج کرے۔

درد کا علاج

حضرت عثمان بن العاصؓ نے شکایت کی کہ جب سے میں اسلام لایا ہوں مجھے درد ستا رہا ہے۔ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا جس جگہ درد ہے اس جگہ ہاتھ رکھ کر تین بار کہہ بسم اللہ اور سات مرتبہ کہہ:

اَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللّٰهِ وَ قُدْرَتِهٖ مِنْ شَرِّمَا اَجِدُ وَاُحَاذِرُ۔

(مسلم)

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم بیمار پر دستِ مبارک رکھ کر یہ کلمات ارشاد فرماتے:

اَللّٰهُمَّ رَبَّ النَّاسِ مُذْهِبَ الْبَاْسِ وَاشْفِ اَنْتَ الشَّافِیُ لَاشِفَاءَ اِلَّا شِفَاءُكَ شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

(بخاری و مسلم)

پریشانی کا علاج

ابن عباسؓ سے مروی ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پریشانی کے وقت یہ کلمات پڑھا کرتے تھے:

لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْعَظِيْمُ الْحَلِيْمُ لَااِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ رَبُّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَرَبُّ الْاَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ۔ (بخاری و مسلم)

ایک روایت میں "يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ اَسْتَغِيْثُ" پڑھنا آیا ہے۔ (ترمذی) یا آسمان کی طرف نگاہ اٹھا کر یوں کہتے سُبْحَانَ اللّٰهِ الْعَظِيْمِ ۔(ترمذی)

حضرت اسماء بنت عُمَیسؓ کو یہ کلمات بتلائے تھے اَللّٰـهُ اَللّٰهُ رَبِّیْ لَا اُشْرِكُ بِهٖ شَيْئًا (ابوداؤد) یہ الفاظ سات مرتبہ کہیں۔

ان کلمات میں یہ اثر کیوں ہے؟

معنی اس کے یہ ہیں میرا پالنے والا صرف اللہ ہی ہے۔ میں اس کے ساتھ کسی کو بھی شریک نہیں کرتا۔

اب یوں سمجھئے کہ اعضاء انسانی میں ہر ایک عضو کو اللہ تعالیٰ نے ایک کمال بخشا ہے اور ایک خاص صفت عنایت کی ہے مثلاً آنکھ کو دیکھنے اور کان کو سننے کی قوت دی ہے۔ جب اس قوت میں نقصان آتا ہے تو غم ہوتا ہے اور یہ اعضاء اس غم کو اپنے بادشاہ جو کہ قلب ہے، سونپ دیتے ہیں اور قلب غم میں لگ جاتا ہے حالانکہ قلب اس کام کے لئے نہیں ہے جو اس سے لیا جاتا ہے۔ قلب دراصل ان کاموں کے لئے ہے کہ اپنے پیدا کرنے والے کو پہچانے، توحید کا قائل ہو، اللہ سے محبت کرے، اس سے راضی اور خوش ہو، کسی سے محبت کرے تو اللہ ہی کے لئے محبت کرے، بغض کرے تو اللہ ہی کے لئے کرے، ذکر الٰہی کرے، ماسوا اللہ سب سے بے نیاز رہے۔ یہ اس کی غذا ہے، اسی سے اس کی حیات ہے اور سب سے بڑی بیماری اس کی شرک ہے، گناہ اور

غفلت ہے اللہ پر اعتماد نہ کرنا، غیر اللہ کی طرف جھک پڑنا اس کے وعدہ و وعید میں شک کرنا ہے۔ ان امراض کا علاج طبِّ نبوی میں ہے، وہ یہی الفاظ ہیں، یہ غذا ملی اور غم کافور ہوا۔ اقرار کرنا بڑی مؤثر دوا ہے۔

بعض متقدمین نے کہا ہے کہ جسم کی راحت کم کھانے میں ہے، زبان کی راحت کم بولنے میں، قلب کی راحت گناہوں سے بچنے میں ہے۔

انسان ظالم و جاہل پیدا ہوا ہے، اپنی جہالت سے خواہشاتِ نفس کے پورا کرنے میں اپنی حیات سمجھتا ہے، حالانکہ یہی باعث تلف ہیں سو دوا کی جگہ مرض مول لے لیتا ہے۔ یہ دعائے کرب مشتمل ہے توحید پر، ربوبیت پر، صفتِ حلم و عظمت پر اور اس کے لئے لازم ہے کامل قدرت و عظمت اور رحمت کو اور عرش عظیم ساری زمین و آسمانوں کو گھیرے ہوئے ہے اور رب عرش عظیم کا مالک ہے جس کا مقتضی یہی ہے کہ اس زمین پر رہتے ہوئے بھی کسی سے نہ امید رکھے نہ کسی سے خوف کرے۔ عبادت صرف اسی کی کرے اس کی ان صفات کو سوچے گا تو قلب کو غذا ملے گی، اس سے قوت پھر سرور و لذت آئے گی، کرب و الم جاتا رہے گا۔

دعائے کرب یہ ہے

لَا اِلٰـهَ اِلَّا اللّٰـهُ الْعَظِيْمُ الْحَلِيْمُ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَ رَبُّ الْعَرْشِ الْـعَظِيْمِ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ رَبُّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَرَبُّ الْاَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ -

دوسری دعا یہ ہے

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ اَسْتَغِيْثُ

حیّ اللہ کا نام ہے۔ جو تمام صفاتِ کمالیہ کو جامع ہے اور قیوم تمام صفات جلالیہ کو مستلزم ہے۔ حیّ سے کوئی کمال فوت نہیں ہوتا۔ قیوم سے کوئی فعل پوشیدہ نہیں ہوتا اسی لئے حیّ وقیوم کے ساتھ دعا کرنے میں خاص اثر ہے اس لئے نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ان ہی الفاظ کے ساتھ ایسے موقع پر دعا کیا کرتے تھے۔

نماز بھی مصالح دنیا وآخرت کے لئے بہترین وسیلہ ہے۔ گناہ سب امراض ہیں، نماز ان سے روکتی ہے، قلب کی دوا ہے، قلب کو روشن کرتی ہے، چہرے کو منور بناتی ہے، اعضاء کو نشاط میں لاتی ہے، رزق کھینچتی اور لاتی ہے، اندھیری کو رفع کرتی ہے، شہوات کی قامع، صحت وعفت کی محافظ، نِقمتُ (بدبختی) کی دافع، راحت اتارنے

والی، غم کو دفع کرنے والی، رحمت لانے والی، غم کو کھولنے والی، اس سے تمام اعضاء کو حرکت ہوتی ہے۔ صحت کی ضامن ہے، پیٹ کے امراض کی دافع ہے۔ چنانچہ حضرت ابوہریرہؓ سے مروی ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے اُن کو دیکھ کر فرمایا شکم میں درد ہے۔ انہوں نے عرض کیا کہ ہاں میرے پیٹ میں درد ہے۔ آپ نے فرمایا کھڑے ہو کر نماز پڑھو کیونکہ نماز میں شفا ہے۔ (ابن ماجہ) نماز کی ادائیگی میں تمام اعضاء کا تحرّک ہوتا ہے جس سے مادہ تحلیل ہو جاتا ہے اور صحت قائم ہو جاتی ہے۔

نیند نہ آنا

حضرت بُرَیدہؓ سے مروی ہے کہ حضرت خالد بن الولیدؓ نے آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم سے نیند نہ آنے کی شکایت کی تو آپ نے اُن سے فرمایا کہ اپنے بستر پر لیٹ کر یہ کلمات پڑھ لیا کرو:

اَللّٰھُمَّ رَبَّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَمَا اَظَلَّتْ وَرَبَّ الْاَرْضِیْنَ وَمَا اَقَلَّتْ وَرَبَّ الشَّیَاطِیْنِ وَمَا اَضَلَّتْ کُنْ لِیْ جَارًا مِنْ شَرِّ خَلْقِکَ کُلِّھِمْ جَمِیْعًا اَنْ یَّفْرُطَ عَلَیَّ اَحَدٌ مِنْھُمْ اَوْ یُطْغِیْ عَلَیَّ عَزَّ جَارُکَ وَجَلَّ ثَنَاءُکَ وَلَا اِلٰہَ غَیْرُکَ ۔

آگ لگنا

عمرو بن شعیب روایت کرتے ہیں کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا جب تم کہیں آگ لگی دیکھو تو تکبیر کہو کیونکہ تکبیر اسے بجھادے گی۔ (ترمذی)

پانی پینا

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم شہد میں پانی ملا کر پیا کرتے تھے۔ اس طرح پینے میں صحت کے بے شمار فوائد ہیں۔ اس طرح نہار منہ پینے سے بلغم دور ہو جاتا ہے، معدے کی خشکی دور ہو جاتی ہے، معدہ کو چکنا کرتا ہے اور فضلات کو نکال دیتا ہے اور اعتدال کے ساتھ گرم کرتا ہے، سدے کھول دیتا ہے، جگر اور تلی اور مثانے کو فائدہ بخشتا ہے اور معدے میں جتنی چیزیں جاتی ہیں، شہد ان میں سب سے زیادہ مفید ہے۔

صرف صفرا والے کو بالعرض نقصان کرتا ہے کیونکہ صفرا میں اس سے حدت تیز ہو جاتی ہے اور ہیجان پیدا ہو جاتا ہے، اس وقت سرکہ سے اس کی اصلاح کرنی چاہئے پھر نافع ہو جاتا ہے۔

پینے کی چیز میں جب حلاوت اور برودت مل جائے تو بدن کی بہت اصلاح ہوتی ہے۔ جگر اور دل کے لئے مفید ہے، روح سے اس کو عشق ہے جو صحت میں غذا کا بھی کام دیتا ہے اور غذا کو اعضاء کی طرف بھیجتا ہے، اس کے ساتھ ٹھنڈا پانی ملایا جائے تو حرارت کو کم کر کے اصل رطوبات کو باقی رکھتا ہے۔ غذا کو رقیق کرتا ہے اور رگوں میں بھیجتا ہے۔ یہ پانی ہر چیز کو حیات بخشتا ہے تو انسان کو کیوں نہ بخشے گا۔ "وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ" ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ کھانے میں پانی ہی سے غذائیت حاصل ہوتی ہے۔ اس لئے نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو میٹھا اور ٹھنڈا پانی پسند تھا۔ چنانچہ بخاری شریف میں رات کو مشک سے ٹھنڈا کیا ہوا پانی پینا آپ سے ثابت ہے۔ باسی پانی خمیر کی طرح ہوتا ہے، اجزاء ترابیہ اس سے دور ہو جاتے ہیں۔ بی بی عائشہؓ فرماتی ہیں کہ آپ کے لئے بیرِ سُقْیا سے شیریں پانی لایا جاتا تھا اور مشک کا پانی لذیذ ہوتا ہے۔

آپ کی عادت مبارکہ تھی کہ بیٹھ کر پانی تین سانس میں پیا کرتے تھے۔ کھڑے ہو کر پانی پینے میں سیری کم ہوتی ہے، معدے میں جمع نہیں ہوتا تاکہ تلی اسے تقسیم کرے اور معدے کی حدت پر ایک دم جا گرتا ہے، ہو سکتا ہے کہ معدے کی حدت ہی کو ختم کر دے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم تین سانس میں پینے کے متعلق فرماتے تھے "ھِیَ اَرْوٰی وَاَمْرَءُ" (مسلم) اسی طرح پیالے کو ہٹا کر سانس لیتے تھے۔

اس سنت کے فوائد۔ ایک تو خود ہی فرمادیا "ھِیَ اَرْوٰی" یعنی سیراب کنندہ ہے، "اَمْرَءُ" شدتِ عَطَش کے مرض کا دافع ہے کیونکہ معدے کی گرمی پر تھوڑا تھوڑا جاتا ہے تو سکون بخشتا ہے۔ امرء بمعنی خوشگوار یا مری سے جلد گزرنے والا ہے۔

عبداللہ بن مبارک سے مرفوعا روایت ہے:

اِذَا شَرِبَ اَحَدُكُم فَيَعْصِرُ مَصًّا وَلَا يَعُبُّ عَبًّا فَاِنَّ الْكُبَادَ مِنَ الْعَبِّ (بیھقی)

ترجمہ: "جب تم میں سے کوئی پانی پئے تو چوس کر پئے ایک دم نہ پئے کہ کباد یعنی جگر میں درد اسی سے ہوتا ہے۔"

ایک حدیث میں ہے:

لَا تَشْرِبُوْا نَفَسًا وَاحِدًا شُرْبَ الْبَعِيْرِ وَلٰكِنِ اشْرَبُوْا شَتّٰى ثَلٰثَ مَرَّاتٍ وَسَمُّوْا اِذَا شَرِبْتُمْ۔

(رواه احمد وفی روایة اذا فرغتم)

ترجمہ: "تم اونٹ کی طرح ایک سانس میں نہ پیا کرو۔

الگ الگ تین سانس میں پیا کرو اور جب پیو تو بسم اللہ پڑھ لیا کرو۔'' (ترمذی)

شروع میں بسم اللہ اور آخر میں الحمدللہ کہنے کے فوائد بے شمار اس میں مضمر ہیں، پانی کو ڈھانپ کر رکھنے کا حکم ہے اور برتن ڈھانپتے وقت بسم اللہ پڑھ کر ڈھانپنا چاہیے۔ اس سے اس پانی میں وباء داخل نہیں ہوتی اور شیطان کا اثر نہیں ہوتا۔

کھڑے ہو کر مشک کا منہ کھول کر پانی پینے سے منع فرمایا ہے۔ اسی طرح ٹوٹے ہوئے پیالے کی ٹوٹ کی طرف سے پانی پینے کو منع کیا ہے اور پانی میں پھونک مارنے کو منع کیا ہے کیونکہ معدے کے بخارات پانی میں شامل ہو جاتے ہیں۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کبھی شہد اور کبھی دودھ میں پانی ملا کر پیا کرتے تھے، دودھ کی لسی گرم ممالک میں بہت مقبول ہے۔ دودھ پی کر یہ دعا کرے ''اَللّٰھُمَّ بَارِكْ لَنَا فِیْهِ وَزِدْلَنَامِنْهُ'' اس کی وجہ یہ ہے کہ دودھ غذا اور پانی دونوں کا کام دیتا ہے۔ ترمذی میں ہے کہ آپ نبیذ تمر بھی پیا کرتے تھے۔

لباس

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم عموماً چادر استعمال فرماتے تھے

اور تہبند باندھتے تھے اور کرتے کو محبوب رکھتے تھے۔ (نہایہ) کرتے کی آستین کلائی تک ہوتی تھیں۔ ازار نصف پنڈلی تک ہوتا تھا، عمامہ نہ بہت چھوٹا سا نہ بہت بڑا پگڑ، بلکہ درمیانہ انداز اًسات ہاتھ کا ہوتا تھا۔ کبھی کبھی شملہ کو گلے میں کر لیتے تھے اس میں فائدہ یہ ہوتا ہے کہ گردن کو گرمی سردی سے بچاؤ ہو جاتا ہے، بالخصوص سواری کے وقت مفید ہے۔ سفر میں عموماً موزے استعمال فرماتے تھے۔ آپ کو سفید لباس پسند تھا اور یمنی چادریں جن میں سرخ دھاری ہوتی تھیں اور سیاہ کملی اور سبز وسیاہ عمامہ پہنتے تھے۔

مَسکَن

دنیا دارِ رحلہ و دارِ سفر ہے اس لئے مسکن میں زیادہ زیب و زینت اور مضبوطی نہ کرتے تھے۔ مسافر کی طرح سردی گرمی سے بچاؤ ہو جائے اور پردے کا انتظام ہو جائے۔ جانور اندر نہ آسکیں اور بوجھ سے گر پڑنے کا امکان نہ ہو۔ نہ اتنا وسیع کہ ہوام رہنے لگیں۔ بس ضرورت کے لائق ہوتا تھا اور نہ بیت الخلاء گھر کے اندر بنائے تھے جس کی تعفن سے صحت خراب ہو، حفظِ صحت کے لحاظ سے ایسا مسکن ہی بہتر ہے۔

سونا

اوّل رات سوتے اور آخری رات اُٹھ کر نماز ادا فرماتے کہ بدن کو بھی راحت ملے اور ریاضت و عبادت بھی ہو جائے۔ حسبِ ضرورت نیند کرتے اور جب سونے لگتے تو دائیں کروٹ پر ذکرِ الٰہی کرتے کرتے سو جاتے۔ چمڑے کے بستر پر جس میں کھجور کی چھال بھری ہوتی تھی استراحت فرماتے۔ نہ زمین پر نہ اونچے تخت پر، ہاں تکیہ لگا لیتے تھے اور کبھی دایاں ہاتھ سر کے نیچے رکھ لیتے تھے۔ نیند سے قُویٰ کو راحت ملتی ہے اور غذا ہضم ہو جاتی ہے، دائیں کروٹ سونے میں کھانا جلدی ہضم ہوتا ہے اور بائیں کروٹ پر کثرت سے سونا دل کے لئے مضر ہے کیونکہ سارا زور قلب کی طرف ہو جاتا ہے اور اسے مواد نہیں پہنچتا اور سب سے ردی سونا پیٹ کے بل سونا ہے اور راحت لینے کے لئے سونا ہو تو چت لیٹنا اچھا ہے، اوندھے منہ سونے سے ایک آدمی کو نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے منع کیا تھا کہ یہ جہنمیوں کا سونا ہے۔ (ابن ماجہ)

دن کے سونے سے رطوبت بڑھتی ہے جس سے رنگ بھی خراب ہو سکتا ہے۔ تلی بڑھنے کا خطرہ ہے، پٹھے ڈھیلے پڑتے ہیں، کسل

پیدا ہوتا اور شہوت میں کمی آتی ہے، ہاں گرمیوں میں سوجانا بہتر ہے اور قیلولہ کرنا یعنی دوپہر کو تھوڑا آرام کرنا سنت ہے اور بہت فائدہ مند ہے۔ ان میں سب سے ردی، دن کے اوّل حصہ میں سونا ہے۔ کہا گیا ہے عصر کے بعد سونا حماقت ہے اور فجر کے بعد سونا رزق کو کم کرتا ہے اور یہ کہ سونا ضروری ہوجائے، اسی طرح کچھ دھوپ میں کچھ سائے میں سونا منع ہے اور دھوپ میں بھی زیادہ نہ سونا چاہیئے جیسا کہ ابوداوٗد اور ابن ماجہ کی روایات سے ایسا ہی معلوم ہوتا ہے۔

عبادات بالخصوص نماز، روزہ، حج کے مناسک جہاد، وضو اور غسل وغیرہ سب کے اندر حفظِ صحت کے اُصول پائے جاتے ہیں مگر ان کو عبادت سمجھ کر ہی ادا کرنا چاہیئے۔

جِماع

اس میں تین مقصد ہوتے ہیں:

(۱) حفظِ نسل

(۲) اس پانی یعنی منی کا اخراج جس کا احتباس بدن کے لئے مضر ہے۔

(۳) لذت پوری کر کے راحت لینا

یہ منی اگر خارج نہ ہو تو بہت سے امراض پیدا ہونے کا خطرہ ہوتا ہے اس لئے اعتدال کے ساتھ جماع کرنا مفید ہے۔

بعض اسلاف سے مروی ہے کہ اگر چہل قدمی کی فرصت ملتی ہے تو کھانا کھا نا ترک نہ کرے بلکہ کھا کر چہل قدمی کرے ورنہ انتڑیوں میں انقباض آجاتا ہے اور جماع بھی ترک نہ کرے کیونکہ کنویں سے پانی نہ نکالا جائے تو مُتَعَفِّن ہوجاتا ہے یا سوکھ جاتا ہے اور جماع کرنے سے پہلے ملاعبت اور تقبیل کرنا اور مص لسان کرنا مستحب ہے۔

لِاَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَاٰلِهٖ وَسَلَّمَ يُقَبِّلُ بَعْضَ اَزْوَاجِهٖ وَيَمُصُّ لِسَانَهَا

اور کھانا ہضم ہوجانے کے بعد جماع کرے اور جب شہوت غلبہ کرے تب کرے، سوچ سوچ کر شہوت پیدا نہ کرے۔ اسی طرح زیادہ بڑھیا عورت جو قابل جماع نہ ہو یا چھوٹی عمر والی۔ بیمار اور جسے شہوت نہ ہوتی ہو یا قَبِيْحَةُ الْمَنْظَرِ (بدصورت) سے جماع کرنے میں قوت گھٹتی ہے، ایسے ہی حائضہ اور نفساء سے جماع کرنے کی شرعی ممانعت ہے۔ کثرتِ جماع سے اعصاب کمزور ہوجاتے ہیں۔ رعشہ، فالج، تشنج اور ضعف بصر جیسے امراض پیدا ہوجاتے ہیں۔

جماع بہر حال صورت و ہیئت جائز ہے مگر قبل میں ہو، دبر

میں حرام ہے اور بہتر صورت یہ ہے کہ عورت فراش بنے اور مرد اوپر ہو کر کوشش کرے۔

خوشبو

یہ روح کی غذا ہے اور روح اعضاء کے لئے سولدی کی طرح ہے۔ قُویٰ خوشبو سے ترقی پکڑتے ہیں، دماغ و اعضاءِ رئیسہ کو فرحت و طاقت ملتی ہے۔ روح کو خوشبو سے مناسبت ہے۔ نبیٔ کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کو خوشبو پسند تھی اور آپ واپس نہیں فرماتے تھے۔ (بخاری)

آپ کے پاس ایک ڈبیہ تھی جس میں خوشبو رکھا کرتے تھے۔

ملائکہ بھی خوشبو کو محبوب رکھتے ہیں اور بدبو سے ان کو ایذا ہوتی ہے۔

آنکھ کا علاج

آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا اِثْمِدُ (سرما) کو لازم کرلو۔ یہ نگاہ کو تیز کرتا اور پلکیں اگاتا ہے۔ اثمد ایک خاص قسم کا سرمہ ہے۔ آپ مشک والا اثمد استعمال فرماتے تھے اور رات کو سوتے وقت تین تین سلائی ہر آنکھ میں ڈالا کرتے تھے۔ (ابن ماجہ)

مفردات جن کا تذکرہ احادیث میں آیا ہے۔

اِثْمِدُ

یہ پتھر کا سیاہ رنگ کا سرمہ ہوتا ہے۔ اصفہان سے آتا ہے۔ یہ سرد خشک ہے، آنکھ کو قوت دیتا ہے، مشک میں ملا کر لگایا جائے تو بڑھاپے میں بڑا فائدہ مند ہوتا ہے۔

نارنگی

نبیٔ کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا جو مومن قرآن مجید پڑھتا ہے اس کی مثال نارنگی جیسی ہے کہ مزہ بھی عمدہ اور خوشبو رنگ بھی اچھا۔ (بخاری ومسلم) اسے سنترہ بھی کہتے ہیں سنترے میں چار چیزیں ہیں: چھلکا، گودا، کھٹاس اور بیج۔

چھلکے کے منافع کپڑوں میں رکھو تو سسلی اور کیڑا نہ لگے۔ کھانے میں ڈال لو تو ہاضمہ میں مدد دے۔ سانپ کے کاٹے کو سنترے کے چھلکے نچوڑ کر پلانا مفید ہے۔

اس کا گودا حرارتِ معدہ کا دافع۔ صفرا اور پت والے کو نافع، گرم بخارات کا دافع، نافقی نے کہا ہے اس کا گودا بواسیر والے کو نافع ہے۔

کھٹاس

قابض ہے مگر صفرا کا قاطع ہے۔ یرقان والے کو پلائیں اور اس کی آنکھ میں لگائیں۔ صفرائی قیل اور اسہال کو نافع ہے۔ چہرے میں ملنے سے چہرے کی چھائیاں رفع ہو جاتی ہیں، جگر کی گرمی کو نفع بخشتا ہے، معدے کو قوت دیتا ہے اور پیاس بجھاتا ہے۔

سنترے کے بیج کے چھلکے اتار کر دو مثقال کسی بھی ڈسے ہوئے کو پلائیں اور ان کو کوٹ کر ڈسنے کی جگہ لگائیں اور یہ ہر قسم کے جانور کے کاٹے کا علاج ہے۔ ایک مرتبہ کسریٰ نے ایک طبیب کو قید کرلیا اور کہا کہ سالن صرف ایک دیں گے بتاؤ کیا لینا چاہتے ہو۔ طبیب نے کہا سنترہ دیدو۔ پوچھا گیا تم نے اسے کیوں اختیار کیا ہے۔ طبیب نے کہا یہ پھول کی طرح مفرح ہے، اس کا چھلکا خوشبودار ہے، اس کا گودا میوہ ہے اور کھٹاس سالن ہے اور بیج تریاق ہے اور ساتھ اس میں تیل بھی ہے۔ مومن قرآن پڑھنے والا ہے، یہ اس کیلئے مفید ہی مفید ہے۔

چاول

گرم خشک ہے۔ گندم کی طرح غذائیت رکھتا ہے، معدے کو

قوت دیتا ہے، ہندی میں اطہار کہتے ہیں کہ چاول گائے کے دودھ کے ساتھ پکائیں جائیں تو عمدہ غذا بن جاتا ہے۔ اسے کھیر کہتے ہیں۔ منی بڑھاتا اور رنگ صاف کرتا ہے۔

تربوز

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم تربوز کھجور کے ساتھ ملا کر کھایا کرتے تھے۔ (ابوداؤد)

تربوز تر سرد ہے۔ کھیرے ککڑی کی بنسبت معدہ میں جلدی پہنچتا ہے اور معدے میں جو غلط ہوا سے حل کر دیتا ہے جس کا مزاج سرد ہو وہ سونٹھ ملا کر کھائے اور کھانا کھانے سے پہلے کھائے تو پیٹ کو دھو دیتا ہے اور بیماری کو بھی نکال دیتا ہے۔

انار

تازہ بہت بہتر ہے۔ معتدل مائل بسرد ہوتا ہے، اس کا گودا گرم تر ہے، صالح خون پیدا کرتا ہے اور معدے میں جلدی پہنچ جاتا ہے۔ غذائیت اس میں معمولی ہے۔ کھانسی اور اندرونی زخموں کو مفید ہے۔ حلق کی خشونت کو دفع کرتا ہے، گرمی کی وجہ سے آنکھ آئیں تو اس کا

عرق ڈالنے سے درد میں نفع دیتا ہے، چہرے پر مل لیا جائے تو دھوپ چہرے پر اثر نہیں کرتی۔ کندر کے ساتھ ملا کر پیشانی پر مل لیں تو نزلہ کو فائدہ دیتا ہے۔

پیاز

ابوداؤد میں روایت ہے حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جو کھانا کھایا ہے اس میں پیاز تھی اور صحیحین میں روایت ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے پیاز کھا کر مسجد آنے سے منع فرمایا ہے۔

پیاز تیسرے درجے میں گرم ہے، لُو کے لئے نافع ہے۔ معدہ کو قوی کرتی ہے، باہ کو اٹھاتی ہے، منی کو بڑھاتی ہے، رنگ نکھارتی ہے، بلغم کو نکالتی اور معدے کو صاف کرتی ہے۔

مولی کے بیج دار الثعلب کے گرد لگانا نافع ہے۔ نمک کے ساتھ لگانا مسوں کے لئے نافع ہے۔ کان کے امراض کے لئے نافع ہے۔ آنکھوں میں پانی اُتر آئے تو پیاز کا پانی لگائیں۔ آنکھوں کی سفیدہ کے لئے شہد میں ملا کر لگائیں، پکی ہوئی پیاز کَثِیرُ الغِذَا ہے، یرقان اور کھانسی میں سینے کی سختی کے لئے نافع ہے۔ پیشاب لاتی ہے۔

کھجور

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے اکیلا اور روٹی کے ساتھ کھایا ہے، گرم ہوتا ہے، تلی کو قوت دیتا ہے، باہ کو قوت دیتا ہے، پنیر کے ساتھ کھائیں۔ بعض آدمیوں کے دانتوں کو نقصان دیتا ہے۔ سر کے بال بڑھاتا ہے، درد سر بھی پیدا کرتا ہے، اس کی اصلاح بادام اور خشخاش سے ہوتی ہے، روزانہ نہار منہ کھانے سے پیٹ کے کیڑے مرجاتے ہیں۔

انجیر

اللہ تعالیٰ نے اس کی قسم کھائی ہے۔ گرم ہے پکا ہوا سفید چھلکے والا اچھا ہوتا ہے۔ تمام فواکہ میں سب سے زیادہ غذائیت والا ہے۔ حلق کی خشونت، سینے اور مثانے کو نفع دیتا ہے، جگر اور تلی کو دھوڈالتا ہے، معدہ میں سے بلغمی خلط کو نکالتا ہے اور عمدہ غذا مہیا کرتا ہے۔ خشک ہو تو پٹھو کو نافع ہے، اخروٹ اور بادام کے ساتھ کھانا محمود ہے۔ اس کا گودا پرانی کھانسی کے لئے نافع ہے، پیشاب کو جاری کرتا ہے، نہار منہ کھانے میں عجیب خاصیت رکھتا ہے، پسے ہوئے جو ملا کر حریرہ بناتے ہیں۔

لہسن

گرم خشک ہے۔ جس پر فالج کے آثار ہوں، اس کے لئے نافع ہے۔ ہاضم ہے، مدر بول ہے، ہوام کے کاٹے ہوئے اور ورموں کے لئے تریاق ہے۔ سانپ بچھو کاٹ لے تو اس کو کوٹ کر ٹکیہ اس پر لگا دیں تو زہر کو چوس لیتا ہے، بلغم کے لئے نافع ہے، حلق کو صاف کرتا ہے، بھاری بدن ہو تو مفید ہے، پرانی کھانسی کے لئے مفید ہے۔
سرکہ، نمک، شہد، اور لہسن کیڑے والے دانت کو نکال دیتے ہیں۔ درد دانت کے لئے بھی فائدہ مند ہے۔ بینائی کے لئے مضر ہے۔
بلڈ پریشر ہائی ہو تو اس کے لئے ایک دو جو کھا لینا مفید ثابت ہوا ہے۔

❁❁❁

